

E.E.E Y FORMACIÓN LABORAL ALFREDO FORTABAT
SECCIÓN COCINA 1-GUÍA N° 7 – ÁREA EDUCACIÓN TECNOLÓGICA

Escuela: Educación Especial y Formación Laboral Alfredo Fortabat

Docente: Andrea V. Gómez

Taller: Cocina 1

Turno: Tarde

Área Curricular: Educación Tecnológica

Título de la Propuesta: “Masa con Fermento”

Contenidos:

* Los procesos tecnológicos: Interés por y la indagación de los procesos tecnológicos que realizan las personas con el cuerpo y con la ayuda de medios técnicos.

*Reconocimiento de las características de los materiales utilizados e identificación de las operaciones en la elaboración.

*Disposición favorable para elaborar conceptos que se puedan transferir a otros contextos.

Actividades – Día Lunes

Existen numerosa variedad de masas según el tipo de elaboración que realicemos, entre ellas las masas para panificación, pastelería, pastas entre otras tantas.

Aquí veremos la masa con leudado también llamada masa fermentada en las cuales su ingrediente más importante es la levadura que permitirá que duplique su volumen. Su uso es múltiple.

En casa se puede buscar un paquete de harina e identificar su tipo, es decir leer para diferenciar una harina de otra. Anotamos todo lo que indica el paquete.

Deberá decir: Harina Común, los demás datos los averiguan Uds. e investigar como de diferencia de otros tipos de harina.

Actividades-Día Martes

Observa las siguientes imágenes



Masa en su preparación inicial

Masa con mayor volumen debido a la fermentación

-Busque alguna receta de pan de la variedad que sea, pueden ser dulces, salados, integrales o con semillas. Anote que ingredientes son los que tienen en común todas las recetas encontradas.

Actividades- Día Miércoles

Ahora seleccionaremos una receta en este caso será: “Pan Casero”

Instructivo a seguir (Receta)

Ingredientes:

- 1 kgm de Harina Común (Cuatro tazas)
- 1 sobre de levadura en polvo.
- Sal 20 gms.
- Agua caliente pero que no quemé 500 cc (2 tazas)
- Grasa Líquida 250 cc (1 taza) caliente pero que no quemé

Preparación:

Primero: -Colocamos la harina, la levadura y la sal en un recipiente de superficie amplia. Integramos bien.

- Hacemos un hoyo en el centro y volcamos ahí el agua y la grasa. Mezclamos bien con palote o cuchara de madera hasta poder introducir las manos para comenzar el amasado.

Segundo: -Amasar muy bien hasta que la masa tome una textura suave y lisa en un tiempo entre 15 a 20 minutos.

- Dejamos reposar la masa en un lugar cálido y tapada con un paño hasta que duplique su volumen.

Tercero: -Armamos 6 partes de masa y le damos forma redonda, colocamos en un molde y llevamos a horno moderado entre 30 a 35 minutos. ¡Controlar cocción y listo!

Actividades-Día Lunes

Para la elaboración de los siguientes productos se necesita en todos los casos un mismo ingrediente entre otros.

E.E.E Y FORMACIÓN LABORAL ALFREDO FORTABAT
SECCIÓN COCINA 1-GUÍA N° 7 – ÁREA EDUCACIÓN TECNOLÓGICA



- ¿Puedes decir cuál?
- Nombra otras preparaciones.
- Anota recetas que se elaboren a base de levadura y que se quiera aprender a elaborar.

Actividades Día Martes:

En el supermercado o almacén del barrio se puede encontrar dos tipos de levadura, la que es fresca y cuya presentación es en cubo y la seca o en polvo. Averigua:

- Qué cantidad trae cada presentación.
- Cómo es el modo de conservarlas.
- Si tiene fecha de elaboración o vencimiento.
- Cuál es más conveniente usar y por qué.

Actividad Día Miércoles:

En casa si cuentas con los ingredientes necesarios para elaborar cualquier tipo de receta que lleve fermento puedes seguir los pasos de la elaboración y luego tomar nota para que:

- La receta sea utilizada cada vez que se requiera.
- Para saber si encontraste dificultad en algún paso del proceso
- Si se obtuvo o no el resultado deseado para luego cuestionar las dudas al respecto.

En este tipo de masas con fermento elaboradas en forma casera utilizamos herramientas simples o complejas, pero de uso doméstico, como así también utilizamos las técnicas de cocción antes mencionada en las guías anteriores. Por ello es necesario informarnos y conocer todo lo que implica el proceso de producción en la cocina.

Entonces repasamos:



Higiene y Seguridad



Indumentaria, también es parte de la higiene y seguridad



Herramientas Simples



Herramientas Complejas

Y llegamos hasta acá: El Instructivo, las recetas que se comenzara a desarrollar en las próximas guías

Otros instructivos:

Instructivo de cocina a modo de ejemplo:

